

令和7年度 ほのぼの語ろ会

日頃介護をしていて、悩みや不安を一人で抱え込んでいませんか? ほのぼの語ろ会は、介護をしている家族や介護に関心のある方たちが集まっ て、情報交換をしたり介護のコツなどを学びあう場です。

今年度は次の内容で学習会・交流会を予定しています。

随時、お知らせ版でもご案内します。お気軽にご参加ください。

※個別の相談にも、対応いたします。

●時間 【午後 | 時 30 分~午後 3 時】

日程	内容	講師	会場
5月21日 (水)	高齢者の人権について学ぼう	地域包括支援センター (社会福祉士)	伊集院 日置市中央公民館 (大会議室)
6月16日 (水)	認知症カフェ ※合同開催 「おじゃったもんせ」 ★交流会	司書 地域包括支援センター	吹上 ふきあげ図書館
9月19日 (金)	認知症について学ぶ ~認知症世界の歩き方~ ★交流会	キャラバン・メイト 地域包括支援センター	日吉ひよし吉日
月 日 (火)	介護について学ぶ① ・小規模多機能ホームやグループホーム ってどんなところ? ・認知症の人への関わり方	小規模多機能ホーム郡 (介護支援専門員)	伊集院 日置市中央公民館 (研修 2.3)
令和8年 月2 日 (水)	介護について学ぶ② ~日常を安全に過ごすための工夫~ ・車椅子や杖を使用時の介助等	理学療法士 福祉用具専門相談員	東市来 下野建設文化ホール 〈東市来文化交流センター〉
3月16日 (月)	自分の身体を癒す ・スローエアロビック他 ★交流会	スローエアロビック 指導員	伊集院 日置市中央公民館 (研修 2.3)



~申込先・お問い合わせ先~ **日置市地域包括支援センター**

電話:099-248-9423

回覧

令和7年度

介護のことで悩んでいませんか?

介護家族の会「ポピー」

《ポピーの花言葉は、いたわり、休息、思いやり》



介護をしている家族同士が集まり、交流する会です。

同じような立場や悩みを抱えている者同士で、日頃抱えている思いを出し合ったり、相談し合ったり、いろいろな情報交換ができます。一人で抱え込まず、おしゃべりしながら思いを吐き出しましょう。きっと心が軽くなりますよ。

初めて参加される方は、事前にご連絡ください。

時間/午後1時30分~午後3時

東市

来

美山地区公民館(東郷記念館同敷地内)

(東市来町美山 | 690番地4)

【第3火曜日】

4月15日 7月15日 10月21日 R8年1月20日

伊集院

妙円寺地区公民館

(伊集院町妙円寺I丁目2200番地793)【第3金曜日】

4月 | 8日 | 7月 | 8日 | | 10月 | 7日 | R8年 | 月 | 6日

吹上

吹上保健センター

(吹上町中原2839番地)

【第3木曜日】

5月15日 8月21日 11月20日 R8年2月19日



【お問い合わせ先】

日置市地域包括支援センター

(担当:山下・池上)

電話:099-248-9423





5男女共同参画センター だより

日置市男女共同参画 「わたしの気づきが第一歩」 令和7年4月号

(第110号)

~日置市男女共同参画センター移転に関するお知らせ~

- ○移転後の新しいオープン日時は、4月25日(金)午前10時を予定しています。
- ○電話番号は以下のとおりです。お間違えの無いようお願いします。

4月11日(金)まで 099-295-3411、4月12日(土)から 090-3194-8466

○日日novaにおけるセンターの利用方法は、

【講座をご利用の方】日日nova1階の男女共同参画センターにて受付を行います。

【フリースペースをご利用の方】直接2階の「のびのば」へお越しください。

※部屋が多く、館内も広いため、スタッフが見当たらないという場合もあると思いますが、上記携帯電話 にお電話いただくか、1階の男女共同参画センターの扉にスタッフの場所を知らせるメッセージなども設 置予定ですので、ご覧いただきますようお願いします。



心のモヤモヤ相談

日置市「市民のための相談室」

人に話すことで心が軽くなることがあります。カウンセラーがお伺いします。(守秘義務あり)

5/16(金)、5/23(金)、5/28(水)



【 【 時間 】 午前 10 時 ~ 午後 4 時

して 【場所】日置市男女共同参画センター

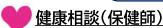
相談ダイヤル:099-273-2160

(祝日を除く)

月曜日~金曜日 午前8時30分~午後4時30分 <相談無料・秘密厳守>

5月 のご 案内





5月16日(金) 午前10時~正午



健康相談(助産師)

5月16日(金) 午前10時~正午



さんかく△ひろば

男女共同参画について みんなで語りませんか。

5月9日(金) 午後2時~午後4時

社会福祉協議会の ひおきよりそいカフェ にお邪魔して開催!! 場所: 冨ケ原組福祉プラサ

おはなし会

5月21日(水)

午前10時30分~

午前11時30分

つくってあそぼう

5月30日(金)

午前10時30分~ 午前11時30分

※「催し」・「相談」はどなたでも参加できます♪また予約は不要です。





色彩で笑顔を引き出し、 未来を描くワークショップ

5月14日(水)

午前10時10分~午前11時40分

講師松元 昌代 先生

定員 15名

色彩をとおして、今の自分を見つめ直し、 未来を描いてみませんか。

持参する物: 色えんぴつ



~健康寿命を延ばしましょう~ ロコモ予防講座

5月25日(日)

午後1時30分~午後3時00分

講師 理学療法士 作本美紀子さん、高橋梓さん

口コモ度テストをとおして、健康寿命を延ばす方法を 知りましょう。(動きやすい服装でお越しください。) ※ロコモとは、運動器の障害や衰えによって歩行困 難など要介護になるリスクが高まる状態のことです。

持参する物:水分補給用の飲み物、筆記用具

定員 10名

要予約

託児有

予約方法:開催日の10日前までに電話またはメールでご予約ください。 申込者多数の場合は抽選を行い、<mark>外れた方のみ</mark>1週間前までに連絡します。





無料





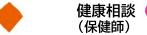






5月行事予定カレンダー

健康相談 (助産師)





心のモヤモヤ相談(男女共同参画専門員)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4 祝日のため休館	5	6	7	8	9 【催し】さんかく∆ひろば	10
11	12	13	14 【講座】 色彩で笑顔を引き出し 未来を描くワークショップ	15	16	17
18	19	20	21 【催し】おはなし会	22	23	24
25 【講座】口コモ予防講座	26	27	28	29	30 【催し】つくってあそぼう	31



~日置市男女共同参画センターの移転によせて~

日置市男女共同参画センター支援員つぶやき

日置市男女共同参画センターは、平成28年度に「日置市女性センター銀天街」として、南日本銀行旧伊集院支店跡地に開館しました。開館当初は1400人ほどの利用者数でしたが、現在は口コミなどで利用者数も増え、毎年、2000人を超えるかたがたに利用していただいています。プレイルームで遊ぶ利用者さまに癒され、講座を受講して学ぶ皆さまに勇気をもらう日々でした。近隣のみなさまや、たくさんの利用者のかたがたに感謝いたします。

このたび、神之川の河川拡幅工事による建物の解体に伴い、日吉町の旧日吉小学校跡地「日日 nova」(ひびのば)に移転いたします。これまでの活動を生かしつつ、より一層、日置市に男女共同 参画の理解が浸透するよう、「わたし(一人ひとりの人権)を大切にする」センターとして活動して まいりたいと思います。

日置市男女共同参画センター(4/25_{移転後open})

【住 所】 日置市日吉町日置493番地(日日nova 1階)

【電話】 090-3194-8466

【開館日】 日、水、金(祝日の場合は休館) 午前10時~午後4時



[※] 保育士(育児相談)および、モヤモヤ相談(例:自分自身、家庭、地域、職場、人間関係の悩みなど)は、 いつでも受け付けています。お気軽にご利用ください。